

# DailyMove





Low Cost High Services

by VIT'HALLÉS

## Lundi

10h00	Culture Physique	[ 1h ]
11h00	 BODYBALANCE	[ 1h ]
12h00	TRX	[ 1h ]
12h00	Big Dance	[ 1h ]
13h00	 RPM	[ 1h ]
13h00	Barre au sol	[ 1h ]
18h00	 BODYBALANCE	[ 1h ]
19h00	 BODYPUMP	[ 1h ]
20h00	 CXWORX	[ 1h ]
20h00	 RPM	[ 1h ]
20h30	TRX	[ 1h ]

## Mardi

10h00	Culture Physique	[ 1h ]
11h00	Yoga	[ 1h ]
12h15	 BODYSTEP	[ 45 mn ]
13h00	 BODYBALANCE	[ 45 mn ]
18h00	TRX	[ 1h ]
18h00	Initiation pilates	[ 1h ]
19h00	 BODYJAM	[ 1h ]
19h00	 RPM	[ 1h ]
20h00	 BODYPUMP	[ 1h ]

## Mercredi

09h30	Abdos fessiers	[ 30 mn ]
10h00	Initiation pilates	[ 1h ]
12h00	 BODYPUMP	[ 1h ]
13h00	Stretching	[ 30 mn ]
18h15	Abdos / taille / cuisses / fessiers	[ 45 mn ]
19h00	TRX	[ 1h ]
19h00	 BODYPUMP	[ 1h ]
20h00	 BODYCOMBAT	[ 1h ]

## DailyMove by VIT'HALLÉS

lundi au vendredi  
> 7h00 / 23h00  
week-end  
> 10h00 / 19h00




31, 33 rue du Hameau  
75015 Paris

01 55 76 10 00



contact15@dailymove.fr

[dailymove.fr](http://dailymove.fr)





## Jeudi

10h00	TRX	[ 1h ]
10h30	Barre au sol	[ 1h ]
12h30	Zumba	[ 1h ]
18h00	 BODYPUMP	[ 1h ]
19h00	 BODYATTACK	[ 1h ]
19h00	Salsa Cubaine	[ 1h ]
20h00	Taekwondo	[ 1h ]
20h00	 RPM	[ 1h ]



## Vendredi

09h30	Culture Physique	[ 30mn ]
10h00	 CXWORX	[ 1h ]
10h30	Stretching	[ 45 mn ]
12h30	 RPM	[ 1h ]
13h15	Abdos / fessiers	[ 30 mn ]
	/ stretch	[ 30 mn ]
18h00	Danse orientale	[ 1h ]
19h00	Love Dance	[ 1h ]

## Samedi

10h00	 CXWORX	[ 1h ]
10h30	 BODYBALANCE	[ 1h ]
11h30	 BODYPUMP	[ 1h ]
12h30	 RPM	[ 1h ]
13h00	Danse orientale Niveau 2	[ 1h ]

## Dimanche

10h15	Abdos / taille / fessiers	[ 45 mn ]
11h00	 BODYPUMP	[ 1h ]
12h00	 RPM	[ 1h ]